

## **Eiweiß Pancake Vanille Geschmack**

### **Datenblatt LMIV ( Stand: 04.07.17)**

**Pulver mit Molkenprotein, Milcheiweiß, Eiprotein & Sojaprotein zur Herstellung von eiweißreichen Pfannkuchen (Pancakes). Mit Süßungsmitteln.**

Zutaten: **Molken**protein ( 30 %), **Milch**protein (29 %), **Ei**protein (10 %), **Soja**protein (7 %), Buchweizenmehl, MCT Pulver (mittelkettige Triglyceride ( aus Palm), **Milch**eiweiß), Backtriebmittel: Glucono-delta-lacton und Natriumhydrogencarbonat, Aroma, Verdickungsmittel: Xanthan, Süßungsmittel: Sucralose und Steviolglycoside.

<b>Durchschnittliche Nährwerte</b>	<b>pro 100 g Pulver (= 1 Portion)</b>	<b>pro 100 g verzehrfertiges Produkt*</b>
Energie	1570 kJ 372 kcal	491 kJ 116 kcal
Fett	4,7 g	1,5 g
davon gesättigte Fettsäuren	3,6 g	1,1g
Kohlenhydrate	18 g	5,5 g
davon Zucker	3,1 g	1,0 g
Eiweiß	64 g	20 g
Salz	1,7 g	0,53 g

\*= Hergestellt auf Basis von 100 g Pulver + 300 ml Wasser. Bei geänderter Zubereitung wie z.B. der Zubereitung mit der Zugabe von Öl sind geänderte Energie- und Nährwerte zu berücksichtigen

**Zubereitung:** Pro Portion 100 g Pulver mit 300 ml Wasser zu einer Masse verarbeiten und in einer beschichteten Pfanne bei mittlerer Temperatur daraus ca. 5 Pfannkuchen/Pancakes backen.

Bei Bedarf oder bei der Verwendung einer unbeschichteten Pfanne wird die Zugabe von ca. 2-3 g Öl pro Pfannkuchen/Pancake empfohlen.

**Verzehrempfehlung:** Täglich 1 Portion verzehren.

**Wichtiger Hinweis:** Dieses Produkt ist kein Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung sowie eine gesunde Lebensweise.

Proteine tragen zur Erhaltung und einer Zunahme von Muskelmasse bei.

**Inhalt: 600 g (= 6 Portionen)**

**Kühl , dunkel und trocken lagern.**

**Ungeöffnet mindestens haltbar bis :/L: siehe Rückseite Beutel**

**Vertrieb: for you eHealth GmbH, Zur Kesselschmiede 3, 92637 Weiden**